

Analysis of Gymnastics Activities in Stimulating Gross Motor Development in Early Childhood

Siti Khoiriyah, Heriestia Salma Rizky Khairani, Rahmiati, Anna Nadha Khilma Inthaha, Annafi' Nurul 'ilmi azizah

¹²³⁴Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Ilmu Tarbiyah, Universitas Islam Negeri Mas Said Surakarta

⁵Pendidikan Islam Anak Usia Dini, Fakultas Tarbiyah, Institut Islam Mamba'ul 'Ulum Surakarta

ARTICLE INFO

Riwayat artikel:

Received 23 April 2026

Revised 25 April 2026

Accepted 30 April 2026

Available online 09 May 2026

Keywords

Gymnastics Activities, Stimulating
Gross Motor Development



This is an open access article under the [CC BY-SA](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/) license.

Copyright © 2026 by Author. Published by Yayasan Daarul Huda

ABSTRACT

Gross motor development is an important aspect of early childhood growth that needs to be stimulated through physical activities appropriate to children's developmental stages. Gymnastics activities are considered an effective form of stimulation because they can improve body coordination, balance, agility, and muscle strength in children. This study aims to describe teachers' understanding of gross motor development in early childhood, the implementation of gymnastics activities, children's responses, as well as the obstacles and strategies used by teachers in stimulating children's gross motor skills. This study employed a qualitative descriptive approach. The research was conducted at RA Amanah Ummah Wonosari Klaten with 15 children and classroom teachers as the research subjects. Data were collected through observation, interviews, and literature studies. The data were analyzed using data reduction, data presentation, and conclusion drawing techniques. The results showed that gymnastics activities were able to improve children's gross motor skills, such as walking, jumping, maintaining balance, and coordinating body movements. Children appeared enthusiastic and active during the activities. Teachers applied

several strategies, including rhythmic gymnastics, movement and songs, and direct movement demonstrations. However, the implementation still faced obstacles such as limited time, space, and differences in children's motor abilities

ABSTRAK

Perkembangan motorik kasar merupakan aspek penting dalam pertumbuhan anak usia dini yang perlu distimulasi melalui aktivitas fisik yang sesuai dengan tahap perkembangan anak. Kegiatan senam menjadi salah satu bentuk stimulasi yang efektif karena dapat melatih koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, dan kekuatan otot anak. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pemahaman guru mengenai perkembangan motorik kasar anak usia dini, pelaksanaan kegiatan senam, respon anak, serta hambatan dan strategi guru dalam menstimulasi motorik kasar anak. Penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis deskriptif. Penelitian dilaksanakan di RA Amanah Ummah Wonosari Klaten dengan subjek penelitian sebanyak 15 anak dan guru kelas. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui observasi, wawancara, dan studi pustaka. Data dianalisis menggunakan teknik reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, seperti berjalan, melompat, menjaga keseimbangan, dan mengoordinasikan gerakan tubuh. Anak terlihat antusias dan aktif selama kegiatan berlangsung. Guru menerapkan strategi berupa senam irama, gerak dan lagu, serta demonstrasi gerakan secara langsung. Namun, pelaksanaan kegiatan masih menghadapi hambatan berupa keterbatasan waktu, ruang, dan perbedaan kemampuan motorik anak.

INTRODUCTION

Pendidikan Anak Usia Dini (PAUD) merupakan fase awal yang sangat penting dalam proses pertumbuhan dan perkembangan anak yang mencakup usia 0 hingga 6 tahun. Di periode ini, perkembangan anak berlangsung dengan cepat dalam berbagai aspek secara fisik, kognitif, sosial, dan emosional. Oleh karena itu, diperlukan rangsangan yang tepat untuk mendukung pertumbuhan pada anak yang maksimal (Argilia et al., 2025). Masa kanak-kanak merupakan

*Corresponding Author

Email: E-mail: *khoirsiti809@gmail.com, salmarizky091@gmail.com, rahmiatibdllah@gmail.com, khilmaeanna@gmail.com, fifi.azizah9@gmail.com

waktu sensitif, yaitu di mana anak sangat peka terhadap berbagai rangsangan dari sekitarnya. Setiap pengalaman yang diterima pada fase ini akan memberikan efek jangka panjang pada perkembangan kepribadian dan kecerdasan otak (Fitriani, 2025).

Anak usia dini merupakan kelompok yang sedang mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang khas. Mereka menunjukkan pola pertumbuhan dan perkembangan, termasuk dalam aspek koordinasi motorik halus dan kasar, kemampuan berpikir, kreativitas, serta kemampuan berbahasa dan berkomunikasi. Hal ini berhubungan dengan kecerdasan intelektual (IQ), kecerdasan emosional (EQ), kecerdasan spiritual (SQ), serta kecerdasan agama atau religius (RQ), yang semuanya sesuai dengan tahap pertumbuhan dan perkembangan mereka (Jaoza & S, 2024).

Perkembangan motorik kasar merupakan salah satu aspek penting dalam tumbuh kembang anak usia dini, karena berkaitan langsung dengan kemampuan anak dalam mengontrol gerakan tubuh yang melibatkan otot-otot besar seperti berlari, melompat, dan menjaga keseimbangan. Kemampuan ini tidak hanya mendukung aktivitas fisik sehari-hari, tetapi juga menjadi dasar bagi perkembangan aspek lainnya seperti kognitif, sosial, dan emosional. Pada masa usia dini yang dikenal sebagai *golden age*, stimulasi yang tepat sangat diperlukan agar perkembangan motorik anak dapat berkembang secara optimal dan terarah.

Berbagai bentuk aktivitas seperti bermain, olahraga, maupun kegiatan terstruktur terbukti mampu meningkatkan kekuatan otot, koordinasi, kelincahan, serta keseimbangan tubuh anak. Melalui aktivitas fisik yang melibatkan gerakan tubuh secara aktif, anak dapat melatih kemampuan motoriknya secara menyeluruh. Selain itu, aktivitas tersebut juga berkontribusi dalam meningkatkan interaksi sosial dan perkembangan emosional anak, sehingga memberikan dampak positif secara holistik.

Salah satu bentuk aktivitas fisik yang efektif dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar adalah kegiatan senam. Senam sebagai aktivitas yang terstruktur mampu melatih koordinasi gerak tubuh, keseimbangan, kekuatan, dan kelincahan anak secara simultan. Penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam, seperti senam irama, dapat meningkatkan kemampuan motorik kasar anak secara signifikan melalui gerakan yang terkoordinasi dan berulang. Oleh karena itu, penerapan kegiatan senam dalam pembelajaran anak usia dini menjadi salah satu strategi yang tepat untuk mengoptimalkan perkembangan motorik kasar secara sistematis dan menyenangkan.

Aktivitas fisik dalam kegiatan senam memainkan peran penting dalam mengembangkan kemampuan motorik anak usia dini, karena melibatkan penggunaan otot-otot besar melalui gerakan seperti berlari, melompat, dan gerakan yang terkoordinasi. Dengan demikian, aktivitas tersebut dapat meningkatkan kekuatan, keseimbangan, serta koordinasi tubuh anak. Selain itu, kegiatan yang dilakukan secara teratur dan menyenangkan memberikan pengalaman langsung yang baik dalam melatih keterampilan gerak dasar, meningkatkan semangat dan keaktifan anak untuk bergerak, serta membantu perkembangan sosial dan rasa percaya diri, sehingga perkembangan motorik kasar anak bisa berkembang dengan optimal.

Realita di lapangan menunjukkan bahwa kegiatan senam untuk balita masih terasa kurang beragam dan terkesan membosankan. Dalam pembelajaran, senam sering kali hanya dilakukan dengan gerakan yang sama terus-menerus tanpa ada inovasi atau variasi yang menarik. Kondisi ini membuat anak merasa bosan lebih cepat dan kurang semangat untuk ikut serta dalam kegiatan. Padahal, senam adalah aktivitas fisik yang terencana dan berperan penting dalam meningkatkan kemampuan motorik kasar anak, seperti keseimbangan, koordinasi, dan kecepatan gerak. Ketika variasi kegiatan tidak cukup, kemampuan untuk menggerakkan perkembangan secara optimal tidak bisa tercapai (Atqiya & Pratama, n.d.).

Selain itu, kurangnya variasi kegiatan juga memengaruhi rendahnya tingkat keaktifan anak. Di lapangan, masih ada anak yang tidak aktif, kurang berpartisipasi, atau hanya ikut gerakan secara sedikit saja. Ini bertentangan dengan sifat alami anak-anak usia dini yang suka bergerak bebas dan senang melakukan kegiatan yang melibatkan gerakan tubuh. Anak-anak membutuhkan lingkungan yang memberikan kesempatan untuk bereksplorasi dengan gerakan melalui berbagai aktivitas yang menarik dan menyenangkan. Jika kegiatan senam tidak disajikan

secara kreatif, maka kebutuhan tersebut tidak terpenuhi sehingga anak menjadi kurang aktif (Nurjani & Tini, 2024).

Fakta lain menunjukkan bahwa tingkat aktivitas fisik anak usia dini masih belum sepenuhnya memenuhi standar yang dianjurkan. Evaluasi terhadap pedoman aktivitas fisik dari WHO menunjukkan bahwa masih terdapat anak yang belum mencapai tingkat aktivitas fisik yang optimal dalam kesehariannya. Hal ini mengindikasikan bahwa kegiatan fisik di lingkungan pendidikan, termasuk senam, belum dimanfaatkan secara maksimal sebagai sarana meningkatkan aktivitas gerak anak (Ramdhan et al., 2024).

Kurangnya variasi dalam aktivitas senam membuat pengalaman bergerak anak terbatas. Meski demikian, beragam jenis aktivitas seperti senam irama, permainan gerak, atau kegiatan di luar ruangan bisa memberikan rangsangan yang lebih banyak bagi perkembangan keterampilan motorik. Aktivitas beragam terbukti bisa meningkatkan keterampilan gerak kasar dan memberi pengalaman belajar yang lebih menyenangkan bagi anak-anak. Sebaliknya, kegiatan yang monoton akan membatasi kemampuan anak untuk mengeksplorasi gerak dan mengurangi minat mereka untuk berpartisipasi (Aliriad et al., 2024).

Berdasarkan hasil kajian beberapa penelitian terdahulu, diketahui bahwa kegiatan senam memiliki pengaruh positif terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Penelitian (Widyastuti et al., 2021) menunjukkan bahwa aktivitas sinergi gerak mampu meningkatkan koordinasi, fleksibilitas, serta kepercayaan diri anak usia 5–6 tahun. Selain itu, penelitian (Qatrunnada Mufiidah & Dudi, 2021) menjelaskan bahwa senam irama terbukti efektif dalam meningkatkan keseimbangan, kelincahan, dan kekuatan gerak tubuh anak.

Namun, sebagian besar penelitian sebelumnya masih berfokus pada pengaruh atau efektivitas kegiatan senam terhadap perkembangan motorik kasar secara menyeluruh, sehingga belum banyak mengkaji secara mendalam bagaimana proses pelaksanaan kegiatan senam di kelas, pemahaman guru mengenai stimulasi motorik kasar, respon anak selama kegiatan berlangsung, serta hambatan yang dialami guru dalam penerapan kegiatan senam di PAUD.

Selain itu, penelitian terdahulu lebih banyak menyoroti penggunaan model atau media tertentu, sementara penelitian yang membahas variasi kegiatan senam sederhana yang diterapkan langsung oleh guru dalam kegiatan pembelajaran sehari-hari di PAUD masih terbatas. Berdasarkan uraian di atas, penelitian ini dirancang untuk menjawab beberapa pertanyaan utama. 1. Pemahaman guru terhadap perkembangan motorik kasar pada anak usia dini. 2. Perencanaan dan pelaksanaan kegiatan senam dalam menstimulasi motorik kasar anak usia dini di kelas. 3. Bagaimana respon anak serta dampak kegiatan senam terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. 4. Hambatan yang dihadapi guru dalam pelaksanaan kegiatan senam serta strategi yang digunakan untuk mengatasinya.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan pemahaman guru mengenai perkembangan motorik kasar anak usia dini, perencanaan dan pelaksanaan kegiatan senam dalam proses pembelajaran, respon anak terhadap kegiatan senam, serta hambatan dan strategi guru dalam mengoptimalkan stimulasi perkembangan motorik kasar melalui kegiatan senam di PAUD

RESEARCH METHOD

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian deskriptif. Pendekatan ini dipilih karena penelitian bertujuan untuk memahami secara mendalam pelaksanaan kegiatan senam dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini berdasarkan kondisi nyata di lapangan dan perspektif guru sebagai pelaksana pembelajaran. Penelitian dilaksanakan di RA Amanah Ummah Wonosari Klaten dengan subjek penelitian sebanyak 15 anak serta guru yang terlibat dalam kegiatan pembelajaran. Penelitian deskriptif digunakan untuk menggambarkan fenomena secara sistematis, faktual, dan sesuai dengan keadaan yang terjadi di lingkungan PAUD (Helma & Suryana, 2022). Sumber data dalam penelitian ini terdiri atas data primer dan data sekunder. Data primer diperoleh melalui observasi dan wawancara dengan guru yang terlibat langsung dalam pelaksanaan kegiatan senam, sedangkan data sekunder diperoleh melalui studi pustaka berupa buku, jurnal ilmiah, artikel

penelitian, dan sumber referensi lain yang relevan dengan perkembangan motorik kasar anak usia dini.

Teknik pengumpulan data dilakukan melalui studi pustaka, observasi, dan wawancara. Studi pustaka dilakukan untuk memperoleh landasan teori mengenai perkembangan motorik kasar dan penerapan kegiatan senam pada anak usia dini. Observasi dilakukan secara langsung terhadap pelaksanaan kegiatan senam di RA Amanah Ummah Wonosari Klaten untuk mengetahui proses kegiatan, keterlibatan anak, serta perkembangan kemampuan motorik kasar, seperti berlari, melompat, menjaga keseimbangan, dan koordinasi gerak tubuh. Selain itu, wawancara dilakukan secara mendalam kepada guru guna memperoleh informasi mengenai perencanaan, pelaksanaan, manfaat, hambatan, serta strategi yang digunakan dalam kegiatan senam untuk menstimulasi perkembangan motorik kasar anak.

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan teknik analisis kualitatif dengan model interaktif yang meliputi reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Reduksi data dilakukan dengan memilih dan menyederhanakan data hasil observasi, wawancara, dan studi pustaka sesuai fokus penelitian. Selanjutnya, data disajikan dalam bentuk uraian deskriptif agar lebih mudah dipahami dan dianalisis. Tahap akhir dilakukan dengan menarik kesimpulan berdasarkan pola, hubungan, dan temuan yang diperoleh mengenai peran kegiatan senam dalam menstimulasi perkembangan motorik kasar anak usia dini (Lubis et al., 2025).

RESULT AND DISCUSSION

Pemahaman Guru terhadap Perkembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini

Berdasarkan hasil observasi dan wawancara, guru memahami bahwa perkembangan motorik kasar merupakan kemampuan gerak yang melibatkan otot-otot besar, seperti berjalan, berlari, melompat, menendang, serta menjaga keseimbangan tubuh. Guru menyadari bahwa stimulasi motorik kasar perlu diberikan sejak usia dini karena berpengaruh terhadap perkembangan fisik, sosial, emosional, dan kepercayaan diri anak. Hal ini sejalan dengan pendapat yang menyatakan bahwa pemahaman guru terhadap perkembangan motorik kasar menjadi faktor penting dalam mendukung keberhasilan stimulasi perkembangan anak usia dini (Rahmawati & Suryadi, 2025). Dalam kegiatan pembelajaran, guru berupaya memberikan berbagai aktivitas gerak yang menyenangkan agar anak lebih aktif dan antusias mengikuti proses belajar.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemahaman guru mengenai perkembangan motorik kasar memengaruhi cara guru dalam merancang kegiatan pembelajaran. Guru yang memahami tahapan perkembangan anak cenderung lebih kreatif dalam memilih metode, media, dan aktivitas gerak yang sesuai dengan karakteristik anak usia dini. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa guru memiliki peran penting dalam mengembangkan motorik kasar melalui kegiatan senam, gerak dan lagu, permainan fisik, serta aktivitas luar ruangan yang dilakukan secara langsung dan menyenangkan bagi anak (Ahdad & Diana, 2022). Selain itu, pemahaman guru yang baik juga membantu proses identifikasi perkembangan motorik anak sehingga guru dapat mengetahui kemampuan maupun hambatan yang dialami setiap anak dalam kegiatan pembelajaran (Dewi et al., 2021).

Guru juga menjelaskan bahwa kegiatan motorik kasar tidak hanya dipandang sebagai aktivitas bermain, tetapi menjadi bagian penting dalam pembelajaran anak usia dini. Oleh karena itu, guru berusaha menciptakan suasana belajar yang aktif dan menarik melalui kegiatan senam, permainan gerak, dan aktivitas fisik lainnya. Kreativitas guru dalam menyusun kegiatan pembelajaran terbukti mampu meningkatkan semangat dan partisipasi anak selama mengikuti kegiatan di kelas. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menjelaskan bahwa strategi guru yang inovatif dan menyenangkan dapat mendukung perkembangan motorik kasar anak usia dini secara (Wahyuni & Diana, 2025).

Perencanaan dan Pelaksanaan Kegiatan Senam dalam Menstimulasi Motorik Kasar Anak

Berdasarkan hasil penelitian, kegiatan senam direncanakan sebelum proses pembelajaran dimulai. Guru terlebih dahulu menentukan tujuan kegiatan, memilih gerakan yang sesuai dengan usia anak, menyiapkan media pembelajaran, serta memastikan lingkungan belajar

aman dan nyaman digunakan untuk bergerak. Dalam pelaksanaannya, guru menggunakan iringan lagu dan gerakan sederhana agar anak lebih mudah mengikuti kegiatan. Persiapan tersebut dilakukan untuk menciptakan suasana belajar yang menyenangkan sekaligus mendukung perkembangan kemampuan motorik kasar anak. Aktivitas fisik yang dirancang secara terencana dan sesuai dengan kebutuhan anak terbukti mampu membantu perkembangan koordinasi, keseimbangan, dan kontrol gerak tubuh anak usia dini (Purwanto & Baan, 2022).

Pelaksanaan kegiatan senam dilakukan secara rutin di kelas dengan tahapan pemanasan, gerakan inti, dan pendinginan. Guru mempraktikkan secara langsung setiap gerakan agar anak dapat meniru dengan mudah. Berdasarkan hasil observasi, anak terlihat aktif mengikuti gerakan seperti berjalan, melompat, mengayunkan tangan, membungkukkan badan, serta menjaga keseimbangan tubuh. Kegiatan senam yang dilakukan secara berulang membantu anak lebih terampil dalam mengoordinasikan gerakan tubuh dan meningkatkan keberanian anak untuk bergerak aktif.

Temuan penelitian menunjukkan bahwa kegiatan senam mampu memberikan stimulasi positif terhadap perkembangan motorik kasar anak usia dini. Penggunaan media pembelajaran dan aktivitas gerak yang kreatif juga dapat membantu guru menciptakan suasana belajar yang lebih menarik sehingga stimulasi perkembangan motorik kasar anak berlangsung secara optimal (Sumiati et al., 2023). Melalui aktivitas gerak yang dipadukan dengan lagu dan permainan, anak menjadi lebih antusias dalam mengikuti pembelajaran. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang menjelaskan bahwa kegiatan senam irama dapat meningkatkan keterampilan motorik kasar anak melalui koordinasi gerakan kepala, tangan, kaki, dan tubuh secara terstruktur (Al-Ghazali Bulukumba, 2023). Selain itu, aktivitas gerak dan lagu juga terbukti membantu perkembangan koordinasi tubuh anak karena anak belajar melalui aktivitas yang aktif, kreatif, dan menyenangkan (Kevin Julian et al., 2024).

Kegiatan senam tidak hanya memberikan dampak pada perkembangan fisik anak, tetapi juga membantu perkembangan sosial dan emosional. Berdasarkan hasil pengamatan, anak belajar mengikuti instruksi guru, bekerja sama dengan teman, dan menunjukkan rasa percaya diri saat melakukan gerakan di depan kelas. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa aktivitas bermain dan gerak mampu meningkatkan semangat, keberanian, dan partisipasi aktif anak dalam pembelajaran sehingga perkembangan fisik maupun sosial anak dapat berkembang secara optimal (Monicha, 2020).

Respon Anak terhadap Kegiatan Senam dan Dampaknya terhadap Motorik Kasar

Hasil observasi menunjukkan bahwa sebagian besar anak memberikan respon positif terhadap kegiatan senam. Anak terlihat antusias mengikuti gerakan yang dicontohkan guru, terutama ketika kegiatan dipadukan dengan musik dan lagu yang menarik. Anak tampak lebih aktif bergerak, bersemangat mengikuti instruksi, dan mampu melakukan beberapa gerakan dasar motorik kasar dengan lebih baik dibandingkan sebelumnya.

Kegiatan senam yang dilakukan secara rutin membantu meningkatkan kemampuan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, dan kekuatan otot anak. Anak mulai mampu melakukan gerakan melompat, berlari, mengayunkan tangan, serta menjaga keseimbangan tubuh secara lebih terarah. Selain itu, kegiatan senam juga membantu anak dalam mengontrol gerakan tubuh dan meningkatkan keberanian untuk berpartisipasi dalam kegiatan kelompok. Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat yang menyatakan bahwa perkembangan motorik kasar melibatkan aktivitas otot besar yang mencakup gerakan lokomotor, nonlokomotor, dan manipulatif sebagai dasar kemampuan gerak anak usia dini (Huda et al., 2021).

Temuan penelitian juga menunjukkan bahwa kegiatan senam dapat meningkatkan koordinasi antara saraf dan otot anak melalui aktivitas gerak yang dilakukan secara berulang. Gerakan seperti berjalan, berlari, melompat, membungkuk, dan memutar tubuh membantu anak melatih kemampuan motorik secara bertahap. Hasil ini diperkuat oleh penelitian yang menjelaskan bahwa penerapan senam irama mampu meningkatkan kemampuan motorik kasar anak usia dini melalui aktivitas gerak yang terstruktur dan menyenangkan (Ulfah et al., 2021).

Hambatan dan Strategi Guru dalam Pelaksanaan Kegiatan Senam

Dalam pelaksanaan kegiatan senam, guru masih menghadapi beberapa hambatan. Berdasarkan hasil wawancara, hambatan yang paling sering muncul adalah kurangnya variasi metode pembelajaran, keterbatasan waktu pelaksanaan, kondisi ruang belajar yang terbatas, serta perbedaan kemampuan motorik pada setiap anak. Beberapa anak terlihat belum mampu mengikuti gerakan secara maksimal sehingga membutuhkan pendampingan dan perhatian lebih dari guru.

Kurangnya variasi kegiatan menyebabkan sebagian anak mudah merasa bosan ketika melakukan gerakan yang sama secara berulang. Kondisi tersebut berdampak pada tingkat partisipasi anak dalam kegiatan pembelajaran. Temuan ini sejalan dengan penelitian yang menjelaskan bahwa kegiatan motorik kasar yang kurang inovatif cenderung membuat proses pembelajaran menjadi monoton dan kurang menarik bagi anak usia dini (Qatrunnada Mufidah & Dudi, 2021). Selain itu, keterbatasan ruang dan waktu pembelajaran juga menjadi hambatan dalam pelaksanaan kegiatan senam secara optimal dan berkelanjutan (Rozzaq & Sutapa, 2022).

Untuk mengatasi hambatan tersebut, guru menerapkan berbagai strategi agar kegiatan senam tetap berjalan efektif dan menyenangkan. Guru memadukan kegiatan senam dengan musik, gerak dan lagu, permainan sederhana, serta demonstrasi gerakan secara langsung agar anak lebih mudah memahami instruksi. Guru juga memberikan latihan secara bertahap dan berulang sehingga anak dapat mengikuti gerakan dengan lebih baik. Pemberian contoh gerakan secara langsung dan latihan yang dilakukan secara konsisten membantu anak lebih aktif dalam mengikuti kegiatan motorik kasar serta meningkatkan kemampuan koordinasi gerak tubuh anak (Widyastuti et al., 2021). Strategi tersebut terbukti mampu meningkatkan keterlibatan dan kemampuan motorik kasar anak selama kegiatan berlangsung. Temuan ini didukung oleh penelitian yang menyatakan bahwa penggunaan senam irama dan metode pembelajaran yang kreatif mampu meningkatkan antusiasme serta kemampuan motorik kasar anak usia dini (D. S. Dewi et al., 2024b). Selain itu, kreativitas guru dalam memilih media dan metode pembelajaran juga menjadi faktor penting dalam menciptakan pembelajaran yang menarik dan efektif bagi anak usia dini (Aliriad et al., 2023).

CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa pemahaman guru mengenai perkembangan motorik kasar anak usia dini memiliki peran penting dalam keberhasilan stimulasi perkembangan anak di lingkungan PAUD. Guru yang memahami tahapan perkembangan motorik kasar mampu merancang kegiatan pembelajaran yang sesuai dengan kebutuhan dan karakteristik anak melalui berbagai aktivitas gerak yang menyenangkan. Kegiatan senam menjadi salah satu bentuk stimulasi yang efektif karena mampu membantu anak mengembangkan koordinasi tubuh, keseimbangan, kelincahan, serta kekuatan otot melalui gerakan yang dilakukan secara aktif dan terarah.

Pelaksanaan kegiatan senam dilakukan secara terstruktur melalui tahap persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi kegiatan. Guru menyiapkan media pembelajaran, lagu, serta gerakan yang sesuai dengan usia anak agar kegiatan berlangsung menarik dan menyenangkan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak memberikan respon positif dan antusias selama mengikuti kegiatan senam. Anak terlihat lebih aktif bergerak, mampu mengikuti instruksi guru, serta menunjukkan peningkatan kemampuan motorik kasar seperti berjalan, melompat, menjaga keseimbangan, dan mengoordinasikan gerakan tubuh.

Meskipun demikian, pelaksanaan kegiatan senam masih menghadapi beberapa hambatan, seperti kurangnya variasi metode pembelajaran, keterbatasan waktu dan ruang, serta perbedaan kemampuan motorik pada setiap anak. Untuk mengatasi hambatan tersebut, guru menerapkan berbagai strategi seperti penggunaan gerak dan lagu, senam irama, demonstrasi gerakan secara langsung, serta latihan yang dilakukan secara bertahap dan berulang. Dengan demikian, kegiatan senam dapat menjadi metode stimulasi yang efektif dalam mengoptimalkan

perkembangan motorik kasar anak usia dini apabila dilaksanakan secara kreatif, konsisten, dan sesuai dengan tahap perkembangan anak.

ACKNOWLEDGMENT

Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Kepala RA Amanah Ummah Wonosari Klaten yang telah memberikan izin, dukungan, serta kesempatan kepada peneliti untuk melaksanakan penelitian ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada guru, dan seluruh peserta didik yang telah berpartisipasi serta membantu selama proses pengumpulan data sehingga penelitian dapat berjalan dengan lancar.

REFERENCES

- Ahdad, M. M., & Diana, R. R. (2022). Pengembangan Motorik Kasar Anak Usia Dini di Era New Normal. *Pendidikan Anak Usia Dini*, 1, 17–28.
- Al-Ghazali Bulukumba, S. (2023). Pengaruh Kegiatan Senam Irama Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. In *Jurnal Usia Dini* (Vol. 9, Number 2).
- Aliriad, H., Da'i, M., S, A., & Apriyanto, R. (2023). Strategi Peningkatan Motorik untuk Menstimulus Motorik Anak Usia Dini melalui Pendekatan Aktivitas Luar Ruangan. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 7(4), 4609–4623. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v7i4.4149>
- Aliriad, H., Pradana Saputro, D., Anhar Fahmi, D., & Yogo Waskito, S. (2024). Memperkuat keterampilan motorik anak usia dini melalui pengalaman eksplorasi aktivitas di luar ruangan. *Jurnal Olahraga Pendidikan Indonesia (JOPI)*, 3(2), 126–141. <http://jopi.kemenpora.go.id/index.php/jopi>
- Argilia, M., Safitri, D., Salsabila, A. A., Saputri, C. A., & Kartika, A. (2025). Implementasi Manajemen Penyelenggaraan PAUD. *Aulad : Journal on Early Childhood*, 8(3), 1184–1194. <https://doi.org/10.31004/aulad.v8i3.1201>
- Atqiya, Q., & Pratama, R. S. (n.d.). *PELAKSANAAN KEGIATAN SENAM DALAM MENSTIMULASI PERKEMBANGAN FISIK MOTORIK ANAK USIA DINI*.
- Dewi, I. D. A. L., Asril, N. M., & Wirabrata, D. G. F. (2021). Instrumen Asesmen Untuk Mengukur Perkembangan Fisik Motorik Kasar pada Anak Usia Dini. *Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini Undiksha*, 9, 416–422.
- Fitriani, H. (2025). KONSEP DASAR PENDIDIKAN ANAK USIA DINI. *Jurnal Literasiologi*, 14, 1–11.
- Helma, H., & Suryana, D. (2022). Peranan Keluarga dalam Pembinaan Akhlak Anak Usia Prasekolah. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 6549–6558. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.1613>
- Huda, R. D. R., Sari, R. S., & Ratnasari, F. (2021). PENGARUH SENAM FANTASI TERHADAP PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK PADA (4-6 TAHUN). *Nusantara Hasana Journal*, 1(4), 129–133.
- Jaoza, S. N., & S, A. S. K. (2024). Pentingnya Pendidikan Anak Usia Dini Bagi Tumbuh Kembang Anak. *GLORY (Global Leadership Organizational Research in Management)*, 2(2).
- Kevin Julian, A., Fitriani, Y., & Nuroniah, P. (2024). Peran Aktivitas Gerak dan Lagu sebagai Strategi Pengembangan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun. *Murhum : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 587–602. <https://doi.org/10.37985/murhum.v5i2.925>
- Lubis, A. R., Sitorus, M., & Basri, M. (2025). PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR ANAK MELALUI SENAM IRAMA DI PAUD AN-NURA PANYABUNGAN BARAT KABUPATEN MANDAILING NATAL. *Review Pendidikan Dan Pengajaran*.
- Monicha, N. (2020). PENINGKATAN KEMAMPUAN MOTORIK KASAR MELALUI PERMAINAN SIRKUIT. *JURNAL CIKAL CENDEKIA*.
- Nurjani, Y. Y., & Tini, A. (2024). Pengembangan Gerak Motorik Kasar Melalui Senam Sehat Gembira Bagi Anak Usia Dini (Penelitian Tindakan Kelas Di Kelompok A Pendidikan Anak Usia Dini Miftahul Ulum Sukaresmi Garut). *Jurnal Pendidikan Islam Anak Usia Dini (Anaking)*, 3(1), 29–40. <https://doi.org/10.37968/anaking.v3i1.773>

- Purwanto, D., & Baan, A. B. (2022). Pengaruh Aktivitas Pendidikan Jasmani Terhadap Keterampilan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(6), 5669–5678. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i6.3158>
- Qatrunnada Mufiidah, & Dudi, A. (2021). Analisis Kegiatan Motorik Kasar di Salah Satu RA Jatinangor. *Jurnal Riset Pendidikan Guru Paud*, 1(2), 79–85. <https://doi.org/10.29313/jrpgp.v1i2.387>
- Rahmawati, I. W., & Suryadi. (2025). Teacher s ' Understanding of Gross Motor Skills in Early Childhood : A Theoretical Review. *ALBANNA: Jurnal Pendidikan Islam AnakUsia Dini*, 5(1), 1–9.
- Ramadhan, A. F., Suherman, A., Jajat, Sultoni, K., Damayanti, I., & Ruhayati, Y. (2024). Kepatuhan terhadap Pedoman Aktivitas Fisik WHO pada Anak Usia Dini : Evaluasi dengan Metode Machine learning. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*, 10(1), 184–195. <https://doi.org/10.59672/jpkr.v10i1.3490>
- Rozzaq, U. H. N., & Sutapa, P. (2022). Upaya Guru dalam Menstimulasi Perkembangan Motorik Kasar pada Pembelajaran Tatap Muka Terbatas. *Jurnal Obsesi : Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 6(5), 4967–4981. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v6i5.2777>
- Sumiati, U., Fatimah Zahro, I., & Khalif Alam, S. (2023). CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif) STRATEGI STIMULASI PERKEMBANGAN MOTORIK KASAR ANAK USIA DINI MELALUI MEDIA TRAVEL PLAYMAT. *CERIA (Cerdas Energik Responsif Inovatif Adaptif)*, 6(3), 2023.
- Ulfah, A. A., Dimyati, & Putra, A. J. A. (2021). Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Analisis Penerapan Senam Irama Dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini*, 5(2), 1844–1852. <https://doi.org/10.31004/obsesi.v5i2.993>
- Wahyuni, S., & Diana, R. R. (2025). Strategi Guru dalam Mengembangkan Motorik Kasar Anak Usia 5-6 Tahun di TK Baiturrahman Jempong Barat Kota Mataram. In *Indonesian Journal of Early Childhood: Jurnal Dunia Anak Usia Dini* (Vol. 7). <http://jurnal.unw.ac.id/index.php/IJEC>
- Widyastuti, D. T., Nasirun, & Yulidesni. (2021). Studi Upaya Guru Untuk Mengoptimalkan Perkembangan Motorik Kasar Anak. *Pena PAUD*, 2.